

REFLEXÕES SOBRE LIBERDADE NO PROCESSO CRIATIVO COM A GINÁSTICA PARA TODOS

Marlon Rodrigues Ribeiro

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, Brasil.

marlon-ribeiro.mr@ufvjm.edu.br

Priscila Lopes

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, Brasil.

priscila.lopes@ufvjm.edu.br

Resumo

A Ginástica para Todos (GPT) é uma modalidade que se destaca por promover a participação ampla e inclusiva de pessoas de todas as idades, gêneros, níveis de habilidade e conhecimentos variados. A liberdade é um dos aspectos importantes dessa prática, pois permite que o praticante utilize ou não materiais, adapte os movimentos conforme suas necessidades e limitações, defina livremente o número de participantes, vestimentas, músicas etc. Além disso, a GPT valoriza as expressões culturais pela incorporação de seus elementos em composições coreográficas (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2024). No presente estudo, relato minha experiência no processo de criação coreográfica de GPT, realizado em 2023, na unidade curricular Fundamentos da Ginástica do curso de Educação Física da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri. Como parte das atividades avaliativas, os alunos tiveram como trabalho criar uma coreografia utilizando os movimentos básicos da GPT estudados ao longo do semestre, tendo liberdade para escolher o tema. A coreografia foi construída por nove estudantes com diferentes corpos, idades, gêneros e níveis de familiaridade com os movimentos gímnicos, o que exigiu adaptações para garantir a participação de todos. Escolhemos “Liberdade” como tema, fazendo alusão à metáfora do casulo e da borboleta. A composição foi dividida em dois atos: 1º) Representação de uma pessoa reprimida socialmente, constantemente corrigida e pressionada a seguir os padrões estabelecidos socialmente – uma integrante se move de forma única pelo espaço através dos movimentos da GPT, enquanto os demais repetem gestos padronizados, tentando forçá-la a se igualar ao grupo. O ápice da cena acontece quando a personagem é cercada pelos colegas, simbolicamente com um “casulo” em formação de círculo, impedindo sua saída. Os movimentos utilizados incluíram rolamentos, estrelas, passé, avião e vela, além de figuras corporais e gestos expressivos, representando a tensão entre a individualidade e a conformidade social; 2º) Representação da libertação – a personagem principal consegue romper o casulo, surgindo transformada como uma borboleta. Sua liberdade inspira os demais, que também se libertam das imposições sociais. Ao final da apresentação, todos distribuem flores artesanais ao público, feitas pelos próprios integrantes do grupo. Utilizamos fitas coloridas e arcos; o figurino foram roupas coloridas com frases motivacionais e pintura facial com uma borboleta de cores diferentes, reforçando a ideia de diversidade e livre expressão. A transição entre os atos foi marcada pela mudança no estilo musical: o primeiro com uma melodia melancólica e introspectiva e, o segundo, com uma música alegre e vibrante. Considero que a experiência com a composição coreográfica permitiu ao grupo compreender como a GPT pode ser um instrumento potente de expressão, inclusão e construção coletiva. A atividade favoreceu o desenvolvimento da criatividade, da empatia, da cooperação e da capacidade de adaptar movimentos às diferentes realidades corporais. Além disso, promoveu reflexões sobre temas sociais, como a liberdade individual frente aos

Palavras-chave:

Ginástica para Todos.
Composição coreográfica.
Formação.
Críticidade.

padrões impostos pela sociedade. A experiência demonstrou que a GPT pode ser uma linguagem corporal rica em sentidos e significados e que a composição coreográfica é fundamento essencial no processo de ensino-aprendizagem por estimular a construção de novos conhecimentos, elevando o nível de criticidade do grupo (Lopes, 2020).

Referências

LOPES, P. **“A gente abre a mente de uma forma extraordinária”: potencialidades da pedagogia freiriana no desenvolvimento da Ginástica para Todos. 2020.** Tese (Doutorado em Educação Física) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020.

TOLEDO, E.; TSUKAMOTO, M. H. C.; CARBINATTO, M. V. Fundamentos da Ginástica para Todos. *In*: NUNOMURA, M. (org.). **Fundamentos da Ginástica.** 3ª ed, Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2024.